



# hamok

<b>Voorzitter</b>	<b>Luc Melis</b> VVO: sport- en kaartencommissie Oude Molse baan, 32 2490 Balen 014/816202 luc.melis@skynet.be	<b>Public Relations Uitrusting</b>	<b>Bart Mellebeek</b> Korteweg, 13 3971 Heppen 011/391397 bart.mellebeek@fulladsl.be
<b>Ondervoorzitter</b>	<b>Marc Hermans</b> Hamse steenweg, 11 3971 Heppen 011/344734 hermans.ma@skynet.be	<b>Lid</b>	<b>Bart Herremans</b> Informatica Nieuwstraat, 6 3806 Velm Bart.Herremans@scarlet.be
<b>Secretaris (extern) Materiaal</b>	<b>Tuur Cloostermans</b> Olmense steenweg, 103 3945 Ham 011/343880 tuur.cloostermans@telenet.be	<b>De knijptang redactie</b>	<b>Jos Thijs</b> VVO:beheerraad Driegezustersstraat, 36 3582 Beringen 011/421097 joseph.thys@pandora.be
<b>Secretaris (intern) Lidgeld</b>	<b>Fernand Scheelen</b> Berkenlaan, 95 3970 Leopoldsburg 011/345575 REKENING:779-5919644-59 fernand.scheelen@khk.be	<b>De knijptang Sportief</b>	<b>Wim Hoekx</b> Sterstraat, 19 3920 Lommel 011/552440 hoekx.battiau@scarlet.be <a href="http://www.yucom.be/N2001.htm">http://www.yucom.be/N2001.htm</a> (regelmatigheid)
<b>Schatbewaarder Kantine Ploegencommissie</b>	<b>An Verberne</b> Hulsen, 78 2490 Balen 0476/ 755 895 REKENING: VZW HAM O.K. 458-1048231-34 anverberne@hotmail.com	<b>Sponsoring</b>	<b>Dirk Godelaine</b> Molenstraat, 41 3980 Tessenderlo 013/675562 dirk.godelaine@skynet.be
<b>Inschrijvingen</b>	<b>Dominique Schutjes</b> Peerderbaan, 13 3940 Hechtel REKENING: HAM O.K.- HECHTEL 455-6052861-12 tel.: 011/734453 fax.:011/733611 schutjes@scarlet.be	<b>Informatica</b>	<b>Ronny Timmers</b> VVO:Sport & Kaartencommissie Sonnisstraat, 119 3530 Helchteren 0479 200 967 rti@technum.be
		<b>Jeugd</b>	<b>Sofie Herremans</b> VVO-ploegencommissie Groenstraat, 34/107 3001 Heverlee 0494/31.35.25 sofieher@gmail.com



## Tussen berm ...



In maart waren er weer een aantal zwaar bevochten wedstrijden!! Het nachtkampioenschap, de middle distance nationale, het Vlaamse kampioenschap lang en de alweer tweede nationale. Gelukkig met bijna altijd heel wat kers aan de start en ook heel wat volk op de podiums.

Het nationale nachtkampioenschap in Hechtel was niet gemakkelijk en dus een kolfje naar de hand van Greet Oeyen die de winst bij de dames kon binnenhalen. Thomas was er tweede na Fabien Pasquasy. Ook Danielle, Marc en Georges kunnen zich dit jaar weer nachtkampioen noemen! Maria, Tristan, Tuur, Frederik en Jean-Paul werden tweede en An behaalde een derde plaats!

De nationale middenafstand op de snelle kaart van Weelde was dan weer voor Martine, Bart en André. Greet, Annemie, Juliette, Roza en Jeroen Hoekx behaalden zilver. Roxanne, Amber, Marijs en Wim sleepten brons in de wacht!

De zondag nadien liepen we al het Vlaamse kampioenschap in Ravels. An en Martine

waren hier de kampioenen. Jos, Bart, Roxanne, Maria, Roza, Frederik en Guido werden tweede en Juliette, Luc, Ian en André derde.

Op de zware en moeilijke nationale van BaBa in het uiterste zuiden van het land behaalden Greet, Georges en Ivonne de overwinning, Danielle en Luc werden derde. Proficiat aan alle deelnemers van deze wedstrijden en natuurlijk zeker aan de podiumgangers. Al deze wedstrijden zijn steeds zwaar bevochten, de overwinningen zijn er altijd zeker verdiend. In april lopen we twee nationale crossen. De nieuwste Clubaflossing in Arlon en het nationale Middle Distancekampioenschap in Recht.

Voor de clubaflossing in Arlon is er momenteel nog weinig animo... De lange verplaatsing en de kleine loopafstanden zullen hier natuurlijk voor heel wat tussen zitten. Asub heeft geprobeerd om de formule aantrekkelijk te maken met ook een zaterdagcross erbij geprogrammeerd!! Ik denk wel dat het aangeboden, nog onopen terrein, zeker de moeite zal zijn.

Het middle distance kampioenschap wordt op de ooit meer open kaart van Emmels-Recht ingericht. Dat is intussen al wel minstens vijftien jaar geleden zodat we een waardig kampioenschap kunnen lopen! Ardoc staat trouwens bekend om zijn prima organisaties. Met twee crossen zullen we zeker ook in onze eigen contreien kunnen lopen! Ivan Heyninck laat ons weer alle hoeken van het traditionele Baeckelandtterrein voor de paascross open! Na zijn sneeuwcross vorig jaar rekt hij nu op een lentezonnetje aan de mooi gelegen militaire visvijvers. De vissers laten trouwens weten dat hun frituur er weer open zal zijn...

Enkele dagen later zijn Fred Wellens en Tuur Cloostermans dan aan zet op onze woensdagavondloop in Holven. Op dit kaartje werd hier en daar weer gekapt. Het werd dus ook weer herverkend. Holven leent zich nog het best voor een dergelijke korte lentecross.

Internationaal liepen hammers vorige maand in het Spaanse Baskenland (vijfde) en op de Springcup in Denemarken. In april loopt Toon



het Spaanse kampioenschap in Allicante en natuurlijk de ISF-ontmoeting in Madrid. Een aantal Hammers trekken naar de paasdriedaagse van de Elzas rond Colmar-Kaysersberg en ook nog naar de Tipo-cup in Hongarije. Onze seniors en juniors lopen nog selectiecrossen begin mei, eveneens in de Elzas. Oriëntatieplezier genoeg dus aan alle kanten...

Wat mij wel stilaan begint te enerveren... mijn voeten begint uit te hangen...zijn de selectienormen van onze elitelopers. Om je voor de kampioenschappen te kunnen selecteren werd door de BVOS-ploegencommissie een fysieke testloop georganiseerd. Een padenloop in het Zoniënwoud. Met fysieke testen op zich heb ik natuurlijk geen enkel probleem. Maar de te lopen tijden zijn dermate zwaar dat nu de bekwaamste atleten met uitsluiting worden bedreigd, nog vooraleer de selecties worden gelopen... In het clubbestuur trok Wim hiervoor al heel vlug aan de alarm. De uitslagen van de fysieke testen bewijzen nu zijn gelijk. Wekelijks bewijzen zowel Thomas als Greet dat zij bij de beste en meest regelmatige Vlaamse O-lopers zijn. Greet doet dit trouwens al vele jaren. Met de normen van deze fysieke testen riskeren zij nu uitsluiting voor de selectiewedstrijden. Ik begrijp niet goed wat de ploegencommissie met deze scherpe looptijden wil bewijzen. Onze atleten zijn bovenal oriënteurs, geen veldopers. Of wordt vanaf nu het ang van 'volgen' tijdens de WK's dermate vergroot. Een goede startvolgorde loten wordt dan wel van het allergrootste ang... Ik denk dat zowel Thomas als Greet bijna wekelijks het ongelijk van de BVOS-ploegencommissie hierin bewijzen. Ik hoop dan ook dat de commissie de te lopen tijden wat realistischer zal zetten.

Om wat positiever te eindigen kan ik nog melden dat onze secretaris Tuur een serieuze financiële bijdrage van de Vlaamse regering en onze thuisgemeente Ham heeft kunnen vastkrijgen. We gaan dit zeker nuttig besteden in ons komende zilveren jubileumjaar maar daarover zeker meer op de Algemene vergadering van met zijn al traditionele "Beker van de Secretaris" op vrijdag 8 mei.

Tot op de paascross!!

Luc

**vrijdag 8 mei 2009**

## **Algemene vergadering**

Sporthal Ham

met

om 18.45 u

## **'De beker van de secretaris'**

**Nadat de vorige editie doorkruist werd met gokschandalen en allerlei verdachte manipulaties (waardoor de uitslag -**  
**1.Tristan Bloemen 2.Toon Melis 3.Dominique Schutjes 4.An Verberne 5.Marc Hermans 6.Phil Mellebeek 7.Roza Goos - bijzonder kritisch werd bekeken) is het bang uitkijken naar de hersenspinsels van de secretaris-baanlegger van dienst.**



# Voorinschrijvingen

## Belgisch kampioenschap 'Middle distance' Zondag 26 april 2009 Recht 'Emmels-Recht'

Een kaartje vanuit de oertijd (1989) ten NW van St Vith tussen recht en Emmels. Twee valleitjes en een bult zorgen voor de kuitbijters en een uitgraving (met vergroting?) voor een bijzonder geaccidenteerd terrein met klein reliëf. Open bos met groene lapkes.

RV: Feckelsborn, Recht  
Balisage: E42 Utrit 13 Kaiserbaracke  
Parking <-> Centre: 800 mètres  
CC <-> Start: 1000 mètres  
Aankomst <-> CC: 100 mètres  
Baanlegger: Heinrich EICHER  
Contrôleur: Iwan VIS  
Inschrijvingen voor 11 april 2009 via Daniëlle

## 3 DAAGSE van BRABANT 22 t/m 24 mei 2009 Vlierden (NI)

Samenkomst (CC)  
Bosspark de Bikkels

### Dag 1:

Middle distance, omlopen 1,5 tot 6 km,  
1e start 15.00 uur  
Kaart, Brouwhuis oost, 1 : 10.000, herzien voorjaar 2009

### Dag 2:

Omlopen 3 tot 10 km,  
1e start 11.00 uur  
Kaart, Galgenberg, 1 : 10.000, herzien voorjaar 2009

### Dag 3:

Omlopen 3 tot 10 km,  
1e start 10.00 uur  
Kaart, Brouwhuisseheide, 1 : 10.000, herzien voorjaar 2009

### Inschrijfgeld voor 10 mei 2009:

tm D/H-18 € 20

Overigen € 27,50

### Inschrijvingen per dag:

tm D/H-18 € 7

Overigen € 9,50

### Inschrijvingen na 10 mei 2009:

€ 27,50 / € 35

Elke dag is er voor de kinderen een speciale omloop met gemarkeerde route.

Ter plaatse beperkte na inschrijving op enkele vacante plaatsen, verder op open omlopen!

Inschrijven: via Daniëlle

Voor accommodatie zie website:

[www.oriëntering.nl](http://www.oriëntering.nl)

## Vlaams kampioenschap aflossing 'Wisselbeker Gilbert Stapelaere' Zondag 31 mei 2009 Hechtel 'De Weyervlakte'

Zeker de moeite om nu al uit te kijken naar de ideale ploegsamenstelling:

Ploegen van 3 lopers, maximaal aantal punten = 46 !

20 Ptn : H21  
18 Ptn : H-20, H35  
16 Ptn : H40  
15 Ptn : H-18, H45, D21  
14 Ptn : H50, D-20  
13 Ptn : H-16, D-18, D35  
12 Ptn : H-14, H55  
11 Ptn : D-16, D40  
10 Ptn : H-12, H60, D-14, D45  
9 Ptn : H65, D-12, D50  
8 Ptn : H70, D55  
7 Ptn : H-10, H75+, D-10, D65+

## Nationale 3 'Longue Distance' 7 juni 2009 Elsenborn 'Camp Elsenborn'

**Baanlegger:** Mackels Hermann Josef – Held Klaus

**Controleur:** Freddy Sillien

**Catégories-Laufklassen-Categorieën:**

Kinder-O van 13.30 tot 14.30u

**Deelnemingskosten :**



**Inschrijving:**

Voor 24.05.2009 via Daniëlle

**Tijdschema (Verkiezingen!!!)**

Secretariaat : 11.00 – 15.00u

Start: vanaf **12.00 u tot 14.30u****Samenkomst :**

Omnisportzaal van het militaire kamp van Elsenborn

Kleedkamers-Douches-Toiletten-Cafétaria

Wij proberen maximaal de gewenste starttijden te respecteren.

**3 Daagse van gië 2009**

(volledige info: knijptang maart)

**Donderdag 2 juli: training Kattevenia****Vrijdag 3 juli: Mazy****Zaterdag 4 juli: Opglabbeek****Zondag 5 juli: De Saanhoeve**Inschrijven

Via Daniëlle

**voor 1 mei 2009**Deelnameprijs

Voor VVO-leden is de goedkope limietdatum verlengd

H/D-18 (* 1991 en later)	H/D (* 1990 en vroeger)
Tot 01/05/2009 € 25,00	€ 35,00
Na 01/05/2009* € 45,00	€ 60,00

\*Beperkt aantal inschrijvingen na 01/05/2009

Inschrijving ter plaatse

SD, LD en kinder-O

Prijs -18j = 9 euro en +18j = 12 euro

De mogelijkheid om vacante plaatsen in de driedaagse op te vullen blijft.

Prijs:

	- 18j	+18j
Volledige 3 daagse	€ 45,00	€ 60,00
Dag 2 + dag 3	€ 30,00	€ 45,00
Dag 3	€ 15,00	€ 20,00

**Voor al je inschrijvingen:**

**Daniëlle Nolens**  
**Peerderbaan, 13**  
**3940 Hechtel**  
**tel.: 011/734453**  
**fax.:011/733611**  
**schutjes@scarlet.be**

**20ste TRANSFORESTIERE****18 & 19 juli 2009**

Voor de adepten van het oriënteren met de lange adem:

de 'transforestière 2009' zal in de streek van Habay-La-Neuve plaatsvinden op 18 &amp; 19 juli.

Uitnodiging (nederlandstalige versie) zal beschikbaar zijn binnenkort):  
<http://www.asub-orientation.org/activites/transforestiere.php>

Inschrijvingen op :  
[http://www.asub-](http://www.asub-orientation.org/TransfoCode/inscription/index.php)

[orientation.org/TransfoCode/inscription/index.php](http://www.asub-orientation.org/TransfoCode/inscription/index.php)



# Militaire kampioenschappen

1 & 2 april 2009

## Gunther Deferme en Martin Beckers

Iedereen herinnert zich nog wel de secondenstrijd van vorig jaar tussen Gunther Deferme en Iwan Vis. Laatstgenoemde won met één secondevoorsprong maar kon wegens statuut van burger de militaire titel niet voeren. Editie 2009 was geen secondenstrijd maar gaf toch hetzelfde resultaat. Gunther weer dus titelvoerend militair kampioen, net als Martin Beckers bij de veteranen A. Martine Taffeiren, vorig jaar 6de, rukte op naar de derde podiumstek. Volgend jaar titel? Vele kers waren prominent aanwezig!

### D. Open (18 dln)

1. BLOEMEN Christa	10 W Tac	1:38:43	0:54:26 (3) 0:44:17 (1)
2. GENTEN Sonia	IRMEP - KMILO	1:43:13	0:52:26 (1) 0:50:47 (2)
3. TAFREIREN Martine	MRSSys-s	2:07:27	0:54:02 (2) 1:13:25 (7)

### H. Open (54 dln)

1. VIS Iwan	CMO 7	2:09:34	1:06:09 (2) 1:03:25 (1)
2. DEFERME Gunther	2 A	2:21:06	1:04:48 (1) 1:16:18 (6)
3. SCHRANS Nico	CBOS	2:23:11	1:13:38 (5) 1:09:33 (2)
4. HEUNINCKX Dries	18 Bn Log	2:23:53	1:12:15 (4) 1:11:38 (3)
5. LINTEN Jo	Wing Heli	2:25:45	1:12:03 (3) 1:13:42 (4)
6. CLAES Gert	10 W Tac	2:33:09	1:18:19 (7) 1:14:50 (5)
7. JANSSENS Tomy	1 Para	2:38:56	1:21:52 (9) 1:17:04 (7)
8. DUSSART Christophe	CC Land Dept Gn	2:39:55	1:20:56 (8) 1:18:59 (10)
9. GIELEN Ben	Bvr / 5 Li	2:43:40	1:18:12 (6) 1:25:28 (12)
10. MATTART Eric	12/13 Li	2:45:12	1:27:12 (12) 1:18:00 (8)
15. LEMOINE Ronny	CC AIR	3:02:43	1:28:28 (13) 1:34:15 (20)
18. BOS Bart	TrgC Para	3:06:49	1:34:10 (20) 1:32:39 (18)
24. GELDOLF Vladimir	2/4 L	3:15:37	1:35:56 (22) 1:39:41 (24)
40. WILDERMANS Rony	2 A	4:06:00	2:01:06 (41) 2:04:54 (42)
41. VERSTRAETE Steve	10 W Tac	4:09:35	2:09:02 (44) 2:00:33 (38)

### H. Veteranen A - vétérans A (60 dln)

1. BECKERS Martin	DisC Mat	1:54:21	0:55:59 (2) 0:58:22 (1)
2. STOFFELS Christian	1/3 L	1:56:33	0:58:11 (4) 0:58:22 (1)
3. DEIJGERS Dirk	15 W Lu Tpt	1:58:34	0:56:16 (3) 1:02:18 (4)
4. WATELET Francis	IRMEP - KMILO	1:58:55	0:59:17 (5) 0:59:38 (3)
5. TIREZ Guy	CBOS	2:00:55	0:53:16 (1) 1:07:39 (10)
10. VANDEBROEK Eric	18 Bn Log	2:11:48	1:04:07 (9) 1:07:41 (11)
22. DECKX Guy	1/3 Cy-Kamp BEVERLO	2:22:35	1:03:45 (8) 1:18:50 (33)
27. ENGELEN Luc	10 W Tac	2:26:25	1:13:55 (43) 1:12:30 (19)
44. FRANCET Sven	1 JP/G	2:38:35	1:10:38 (29) 1:27:57 (49)
CORSTJENS Rudi	TrgC Para	non classé	1:22:49 (72) DNS
DELANGHE Gery	2 A	non classé	1:26:40 (80) DNS
HEYININCK Ivan	18 Bn Log	non classé	1:25:31 (79) DNS
LAURENT Yvan	St / EM Prov LIMBURG	non classé	1:29:50 (85) DNS

### H. Veteranen B - vétérans B (40 dln)

1. WALLAERT Patrick	TrgC Para	1:46:38	0:54:44 (1) 0:51:54 (2)
2. GRESSENS Eddy	1/3 Cy-Kamp BEVERLO	1:48:46	0:59:35 (5) 0:49:11 (1)
3. WERY Robert	2/4 Cy-Camp LAGLAND	1:52:52	0:58:57 (3) 0:53:55 (4)
4. STIENEN Jean	ACOS O-T	1:54:07	0:59:26 (4) 0:54:41 (5)
5. BOUVE Luc	10 W Tac	1:56:20	1:03:42 (7) 0:52:38 (3)
8. VANHAEREN Luc	TrgC Para	2:12:05	1:06:32 (10) 1:05:33 (9)
34. DECKX Guy	4 RCI - 4 CRI	3:04:15	1:44:08 (39) 1:20:07 (26)





# Belgisch kampioenschap nacht

**Hechtel**  
**14 maart 2009**

## 4 op 12

### Goud

Greet Oeyen (D open)  
Daniëlle Nolens (D vet C)  
Marc Hermans (H vet B)  
Georges Deferme (H vet C)

### Zilver

Maria Delarbre (D vet C)  
Tristan Bloemen (H )  
Frederik Meynen (H jun)  
Thomas Vanderkley (H open)  
Jean Paul Hombroekx (H vet B)  
Tuur Cloostermans (H vet D)

### Brons

An Verberne (D vet A)  
Jos Thys (H vet C)

### Heroïek

Vier op twaalf is een dikke buis maar titelgewijs toch nog altijd vrij behoorlijk, ook al was het nachttarief. De kampioenen heten Greet Oeyen, Daniëlle Nolens,

Marc Hermans en Georges Deferme en ze wonnen verdiend met ruim verschil. Dat Marc Hermans na zijn groteske declassering in het Vlaams nachtkampioenschap op wraak ust was stond in de sterren geschreven. De Hombroekx en Bockx van deze wereld zouden hem dat niet kunnen etten en zo geschiedde. Zelfs een dwaalspoor in een donkergroene area kon hem niet tegenhouden.



Marc Hermans, alias ondervoorzitter, alias clubkampioen, alias gisch nachtkampioen, voor Jean-Paul Hombroekx en Roger Bockx (KOL)

### Elekriek

in de zone van de technische defecten. Marc Claes begenadigd computerzeloof loopt de nachten uiteraard met computerbatterijen en ook koperdraad en lamp. Van isolatie had Marc echter nog nooit gehoord met als prettig prikkelend nevenverschijnsel dat hij na enkele liters hoofdzweet 12 volt door zijn hersenkronkels kreeg gejaagd. Hoogst amusant vermoedelijk in de SM-kelder maar niet bevorderlijk voor de concentratie op de kaart. Marc maakte dan maar van de hoofdlamp een handlamp en struinde alzo door het struikgewas. Tot het lampje er eigenwijs uitflopte en Marc in complete duisternis op den tast en tussen winterse plantenresten op zoek moest naar zijn lampje. Gelukkig was het er een van de ouderwetse soort die die heet en gloeiend de aandacht van Marcs handsensoren zocht en hem alras weer het pad verlichtte. De titel was helaas toen al ver weg.

## Dramatiek

toen Toon Melis op één poot het bos kwam uitgehinkt. Weinige ogenblikken daarvoor was hij nochtans met de echte winnersspirit de nacht ingedoken maar voet geblokkeerd op een boomstam en terug naar af. Erger dan een gemiste titel was echter het missen van de volgende selectiewedstrijden voor de Eyoc en als je weet dat enkele weken later ook nog de ISF-kampioenschappen op de agenda stonden en hij daarvoor al concrete afspraken met Spaanse vrienden (en het Spâans kampioenschap) had gemaakt kan je best Toons paniek begrijpen. Ook geen An Verberne op de podiumceremonie want weggeroepen wegens accident van zoon Tom: ondersteboven gereden met brommer door auto en met polsbreuk en kneuzingen afgevoerd. Het asfalt van het leven kan hard zijn.



Frans Vandemoortel en Tuur Cloostermans, nachtbroeders met goud en zilver

## Statistiek

18 van de 107 deelnemers waren FRSO-ers en zij gingen met 2 titels naar huis. Jammer genoeg was daar ook Fabien Pasquasy bij die heel galant de titel van Thomas Vanderkley afsnoepte. Operatie eerherstel voor het Vlaams kampioenschap waar hij een post fout knipte? Het werd een messcherp duel met voor beiden een kilometertijd onder de 6' (duinen bij nacht!) waarbij Thomas met amper 114 secondjes de duimen moest leggen.

De andere titels waren voor Omega (4) en Trol (2) Met 25 deelnemers moest het afleggen tegen Omega 30. KOL, de sterkste club van het land telde amper 11 nachtklopers en geen titels.



Na het débacle van het Vlaams nachtkampioenschap haalde Fabien Pasquasy zijn gram: Belgisch nachtkampioen voor Thomas Vanderkley



Daniëlle Nolens en Maria Delarbre, de twee enige dames 60 + in gië die een nachtorientatie aandurven.





## Wisselbeker Rik Thys

Zondag 8 maart 2009  
Genk 'Sledderlo'

### Miscast

Amper 132 deelnemers (waaronder 24 hamokkers) moet een dieptepunt geweest zijn in het organisatiecircuit van VVO voor een wedstrijd met toch een rijke traditie en een speciaal karakter. De naamgever aan deze wedstrijd zou er in de pionierstijd wellicht blij mee geweest zijn maar zijn spoorvolgers alleszins niet. Zij gaven zelf de mogelijke oorzaken aan: "Het wisselvallige weer, het feit dat dit een speciale wedstrijd was, de FRSO wedstrijd in Esneux (nabij Luik), de naweeën van het TROL feest, het feit dat we hier nog niet zo lang geleden nog eens gelopen hadden, ..." En voeg daaraan toe dat de vorige Rik Theys pas in oktober 2008 werd gelopen.

#### Nochtans wist de wedstrijdformule voor de wisselbeker Rik Thys in het verleden velen te bekoren:

Er zijn 5 omlopen met volgende afwijkingen op de klassieke VVO-omlopen 1, 2, 3, 4 en 5 :

- Een postenbeschrijving **zonder controlenummers** die 2 minuten voor de start overhandigd wordt;
- Er kunnen zich meerdere posten in de cirkel bevinden.
- Enkel de post met de juiste postenbeschrijving mag geknipt worden. Fout knippen leidt niet tot declassering maar geeft aanleiding tot **10 min. straftijd**.

Per omloop wordt het beste clubresultaat weerhouden en omgezet naar het "Schots puntensysteem". Winnaar van de **wisselbeker "Rik Thys"** wordt de club die de hoogste totaalscore realiseert in 4 van de 5 omlopen (1-2-3-4-5) voor heren en 2 van de 3 omlopen (3-4-5) voor dames. (samentelling van 6 scores).

In het algemeen is er weinig animositeit te bespeuren rond de interclubcompetities (meestal toch een optelling van individuele prestaties), de wedstrijdreglementen worden op voorhand nauwelijks of niet gelezen door de deelnemers en ook de club weet haar discipelen te weinig te sturen in de diverse formules.

Als dan de hamokdames Annemie Janssen en Nancy Wendericx in omlopen 1 en 2 starten kunnen zij uiteraard niet scoren voor hamok, evenmin de 14

hamokkers die in Esneux aantraden.

Of moeten wij op zoek naar een resem shirtsponsors die de winstprijzen onweerstaanbaar aantrekkelijk kunnen maken?

#### Eindstand:

1. Omega	6000 pt.
2. K.O.L.	4628 pt.
3. Hamok	4551 pt.
4. Borasca	3370 pt.
5. TROL	668 pt.

Voor de 4551 punten van hamok zorgden de volgende prestaties:

#### Dames (2 van de 3)

omloop 3  
3. BRUYNSEELS Godelieve D50 2:55:55 23'27"  
5 fouten  
omloop 4  
2. TAFFEIREN Martine D45 1:56:31 19'44"  
5 fouten  
omloop 5  
6. HULSMANS Bernadette D50 3:02:52 41'33"  
9 fouten

#### Heren (4 van de 5)

omloop 1  
6. SCHILDERMANS Bob H21 2:11:37 13'51"  
5 fouten  
omloop 2  
2. TIMMERS Guido H45 1:50:09 13'06"  
3 fouten  
omloop 3  
2. VAN BRIEL Henri H45 1:37:03 12'56"  
1 fouten  
omloop 4  
1. THIJS Jos H60 1:21:01 13'43"  
2 fouten  
omloop 5  
5. CLOOSTERMANS Tuur H70 1:51:41 25'22"  
2 fouten

Slechts 2 lopers slaagden erin om hun omloop foutloos af te leggen: Jan Delobel en Karl Keuppens, laatstgenoemde na een grondige bodemanalyse en uitvoerige vegetatiestudie.

De topscoorder van hamok was Henri Vanbriel met slechts 1 fout. Dat verdient een bloemetje (lees: pint) De foutenrecordhouder was Willy Renders: 21 fouten!!! (postenbeschrijving vergeten???)



# VVO Nachtcriterium - 2008/2009

De prestaties van de hamokkers in het nachtcriterium waren niet wereldschokkend maar toch pittoresk amusant, precies zoals het criterium zelve. Voor de betrokkenen een sportieve vrijdagavond, eventueel geneutraliseerd met drank en friet, voor de afwezigen een zwart gat in hun oriëntatiebestaan. De discipline is nochtans erg cool en speciaal maar helaas ondergewaardeerd. Voor een goed begrip: sommige omloop 2-geklasseerden (zoals b.v. Guido Timmers)verdienden hun punten in omloop 1

## Wedstrijden

W1 Ijzeren Paal - Pijnven Eksel 21.11.2008 Omega  
 W2 KEIHEUVEL Balen 12.12.2008 K.O.L.  
 W3 Prinsenpark 09.01.2009 TROL  
 W4 Vlasmeer Eksel 16.01.2009 Omega  
 W5 Kesselse Heide 23.01.2009 TROL  
 W6 Aqua Best 06.02.2009 KOVZ  
 W7 Den Heuvel 13.02.2009 hamok

## Omloop 2 DAMES

1	VERBERNE An	hamok	6
2	OMBLETS Ellen	BORASCA	3
3	OEYEN Greet	hamok	2



An Verberne, koningin van de nacht

## Omloop 3 DAMES

1	DE MEYER Betty	TROL	6
2	MORET Odette	K.O.L.	4
3	SWINNEN Lea	OMEGA	3
4	DELARBRE Maria	hamok	4
5	MOLS Francine	hamok	3
10	STEENAERTS Lydie	hamok	1
11	NOLENS Daniëlle	hamok	1

## Omloop 1 HEREN

1	VERVOORT Wim	TROL	7
2	VAN GELDER Kris	OMEGA	7
3	OEYEN Jan	BORASCA	5

5	GELDOF Vladimir	hamok	6
6	MELLEBEEK Bart	hamok	4
7	VAN DER KLEIJ Thom	hamok	3
10	VAN DER KLEIJ Jeroen	hamok	4
14	DE LAET Ivan	hamok	2
22	VANDEPUTTE Peter	hamok	3
24	SCHUTJES Stefaan	hamok	1
26	NATANAELSSON Roland	hamok	1
33	SELS Dieter	hamok	1
35	VANDEPUTTE Jan	hamok	1
38	GODELAINE Dirk	hamok	1

## Omloop 2 HEREN

1	HOMBROECKX Jean Paul	hamok	6
2	TIMMERS Guido	hamok	6
3	BUYTAERT Anton	OMEGA	6
10	MEYNEN Frederik	hamok	5
14	MELIS Toon	hamok	5
16	DEFERME Georges	hamok	4
21	MEYNEN Koen	hamok	4
25	MELIS Luc	hamok	3
26	THIJS Jos	hamok	3
27	HERMANS Marc	hamok	2
29	SWERTS Danny	hamok	2
31	RENDERS Willy	hamok	2
32	WELLENS Fred	hamok	3
37	BOSMANS Lucien	hamok	1
42	SCHUTJES Dominique	hamok	1

## Omloop 3 HEREN

1	GELDOF Ian	hamok	5
2	WAELEBERS Jan	OMEGA	3
3	FABRÉ Nelis	OMEGA	2



Jean-Paul Hombroekx, prins of darkness

## Vlaams kampioenschap 'Long Distance'

15 maart 2009  
Ravels 'Ravels zuid'

### 3 VVK's

(vrouwelijke vlaamse kampioenen)

#### Goud

An Verberne (D40)  
Martine Taffeiren (D45)  
Ivonne Vanhees (D65)

#### Zilver

Maria Delarbre (D60)  
Hélène Gielen (D65)  
Roza Goos (D70)  
Frederik Meynen (H-18)  
Bart Mellebeek (H40)  
Guido Timmers (H45)  
Jos Thys (H60)

#### Brons

Juliette Janssens (D60)  
Ian Geldof (H-14)  
Luc Bouve (H50)  
André Bubenbergs (H60)

Het was lente en dus maakte het niet veel uit of men toch naar 'Ravels-Noord' moest trekken om op 'Ravels-Zuid' te kunnen lopen maar het was wel een déjà-vu-gevoel na Ravels-Noord van 14 december. Het zorgde wel voor gevaar (twee oversteekplaatsen), organisatorische ballast (tijdsneutralisatie en extra veiligheidspersoneel) en wedstrijdvervalsing (effen uitrusten en wegkeuze uitgebreid bestuderen tijdens de 100 m wedstrijdneutralisatie)



Martine Taffeiren werd VVK voor Leen Wouters (omega)

Hamok kon slechts pronken met 3 VVK's' (vrouwelijke Vlaamse kampioenen) en dat tot grote frustratie van Frederik Meynen, Bart Mellebeek, Guido Timmers en uw dienaar die, weliswaar met behoorlijke achterstand, net naast het goud grabbelden. Of het te maken had met wegkeuze - gaanwe door de grachten of lopen we rond - moet je aan de btrokkenen vragen. Kiezen voor de koninklijke Ravelslanen was trouwens niet altijd bevorderlijk voor de snelheid omdat onze vrienden de bosontginners ze soms al te gortig hadden omgeploegd.



Straffe H40-ers met kampioen Frans Laenen (Trol) kampioen voor Guido Timmers en Guido Verdeyen (Omega)



## Nationale Middle distance

15 maart 2009

Weelde

### En daar is Jeroen

Goud

Martine Taffeiren (D vet A)  
Bart Mellebeek (H vet A)  
André Bukenbergs (H vet C)

Zilver

Greet Oeyen (D open)  
Annemie jansen (D vet A)  
Juliette Janssens (D vet C)  
Roza Goos (D vet D)  
Jeroen Hoekx (H open)

Brons

Roxanne Geldof (D pup)  
Amber Herremans (D bel)  
Marijs Vandeweyer (D vet A)  
Wim Hoekx (H vet B)

Zo plat als een versleten biljart en het zou dus een snelle wedstrijd worden in de buurt van het vliegveld waar alleen oriënteurs nog opstijgen en landen. Alleen op het crosparcours zorgden de paadjes en het klein reliëf voor enige vertraging, een kolfje naar de hand van Jeroen Hoekx die na een schuchter begin in Waterschei (3de hamokker op meer dan een kwartier van winnaar Fabien Pasquasy) orde op zaken stelde: 1ste hamokker op 4 minuutjes van dezelfde winnaar. De O-esbatterementen kunnen starten! Met 3 hamokdames op het podium van veteranen A een veelbelovend gevecht al blijft het toch weer reikhalzend uitkijken naar versterking in de jongerencategorie waar Roxanne en Amber goed gestart zijn.

## Nationale Long distance

29 maart 2009

Vlessart 'La vieille église'

### En daar is Greet

Goud

Greet Oeyen (DE)  
Ivonne Vanhees (D 65)  
Georges Deferme (H60)

Zilver

Nancy Wenderickx (D 21)

Brons

Daniëlle Nolens (D 60)  
Luc Bouve (H50)

'De ouw kerk' is wel een snoepkaartje waar menig oriënteur van kan genieten. 34 hamokkers vonden het alleszins de moeite om de verre veplaatsing te maken, 134 VVO-ers en jawel, FRSO was met 178 aanwezig in de meerderheid. Dat onevenwicht vertaalde zich ook in de podiumplaatsen maar hier haalden de FRSO-atleten bijna het dubbel van de VVO-podiums waardoor we mogen besluiten dat specifieke terreinkennis - Ardennenkaarten versus Kempense kaarten - wel degelijk zijn invloed heeft op de resultaten (moest iemand daar nog van overtuigd worden?).

Slechts vijf elitedames aan de start (voorjaarskuis?) en daarvan was Greet Oeyen de snelste. Niet echt een waardemeter dus voor de huidige krachtverhoudingen. (Vele e-atleten toefden dat weekend op de sprincup)

Georges Deferme blijkt zijn kwetsuren behoorlijk te kunnen camoufleren met fijn technisch wer en zette zelfs de Waalse broeders Parmentier & co een neus. Geen Freddy Siliën echter die als H60 de H50-categorie nu teistert waar Luc Bouve hem in het vizier kreeg. Luc, derde na Pierre Marchal en Freddy siliën, voorwaar een straffe prestatie!



# Hamokwerk

## Gaat komen

### Paascross Maandag 13 april 2009 Leopoldsburg 'Baeckelandt'

Ivan Heyninck is de baanlegger op de terreinen die onlangs nog - ze liggen vers in het geheugen - het decor waren van een heroïsch clubkampioenschap. Als Martin Beckers er nog rondloopt, gelieve hem dan mee te nemen.

#### Ploeg 2

computer: Bart Herremans  
start: Jos Duchesnes, Pierre Theunkens

### Lenteloop Woensdag 22 april 2009 Overpelt 'Holven'

Tuur Cloostermans en Fred Wellens, soldaten van vele oorlogen, leggen er de baantjes. Tuur heeft de vegetatiekap al op kaart gezet.

#### Ploeg 3

computer: Vladimir Geldof  
start: Willy Van Caelenberghe, Henri Vanbriel

### Lenteloop woensdag 20 mei 2009 Beringen-Paal 'Klitsber'

In tegenstelling tot wat in de knijptang stond is hier wel degelijk Lucien Bosmans baanlegger van dienst. Een ijzersterke traditie wordt daarmee in ere gehouden en nu Lucien hersteld is van zijn knie-operatie zal het beklimmen van de Klitsbergflanken ook geen probleem meer zijn (er staan toch geen hoogtelijnen op!)

#### Ploeg 1

computer: Vladimir Geldof  
start: Fernand Scheelen, Gerd Jansen, Willy Vandaele

#### Hamfam



Een bekend sporter (WK, BK, winnaar vele trofee's, superprestiges en wereldbikers) stond erop persoonlijk onze nieuwe Belgische kampioen bij de militairen te feliciteren. Ze glunderden beiden (Gunther Deferme links, Sven Nys rechts voor de slechtzienden) om ter meest.

## Ziekenbos

### Jos Goven

"Ik lig er effe uit want ben serieus gekwetst! Na een valpartij vorige week van vier meter heb ik 2 ribben gebroken en mijn borstkas/borstbeen gekneusd. Mijn schouder is vorige week ook geopereerd en daar hebben ze een plaat moeten inzetten en de gewrichtsbanden en ligamenten waren ook afgescheurd. Achter drie maanden is er terug een operatie om die plaat eruit te halen. Dus de komende maanden staat er geen sport op het programma, tot mijn grote spijt!"

#### Jos

Aldus het relaas van Jos zelf toen onze inschrijfster van dienst hengelde naar kandidaten voor de nationale aflossing. We wensen Jos een spoedig, probleemloos en compleet herstel. Maar waar zou hij eigenlijk van afgevallen zijn (geduwd, getrokken, gewaaid???)



---

# hamok

Beste Hammer  
Hamster,

Met dit schrijven nodigen wij u uit op onze jaarlijkse algemene vergadering op vrijdag 8 mei 2009 om 20.00 uur in de **SPORTHAL** te Ham.

Programma: 1. Welkom (Luc)  
2. Sportief Verslag (Tuur)  
3. Financieel verslag (An)  
4. Ontlasting bestuurders  
5. Aanduiding controleurs 2008  
6. Voorstellen kandidaat-bestuursleden  
(kandidaat-bestuursleden moeten zich schriftelijk melden)  
7. Verkiezing vernieuwd bestuur  
8. Verdeling functies binnen het bestuur  
9. "Hamok 25 jaar jong" (Bart)  
10. Een natje en een droogje

Wij hopen u allen op deze vergadering te mogen verwelkomen  
Sportieve groeten  
Het bestuur

P.S.: Vergeet het aperitiefje niet:  
de oriëntatiecross 'Beker van de secretaris'  
start om 18.45 uur.

